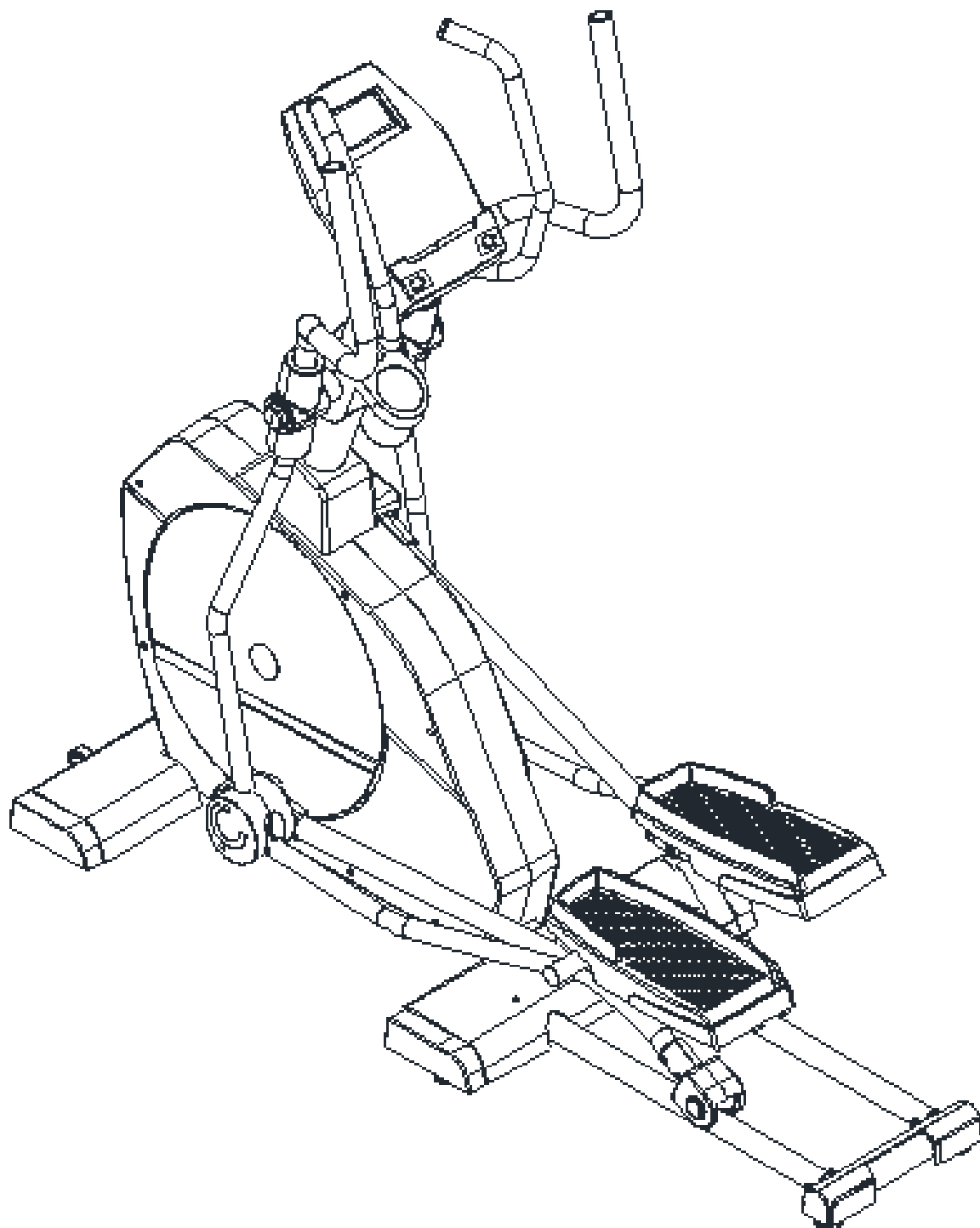


BH FITNESS



Návod k obsluze

G860TFT



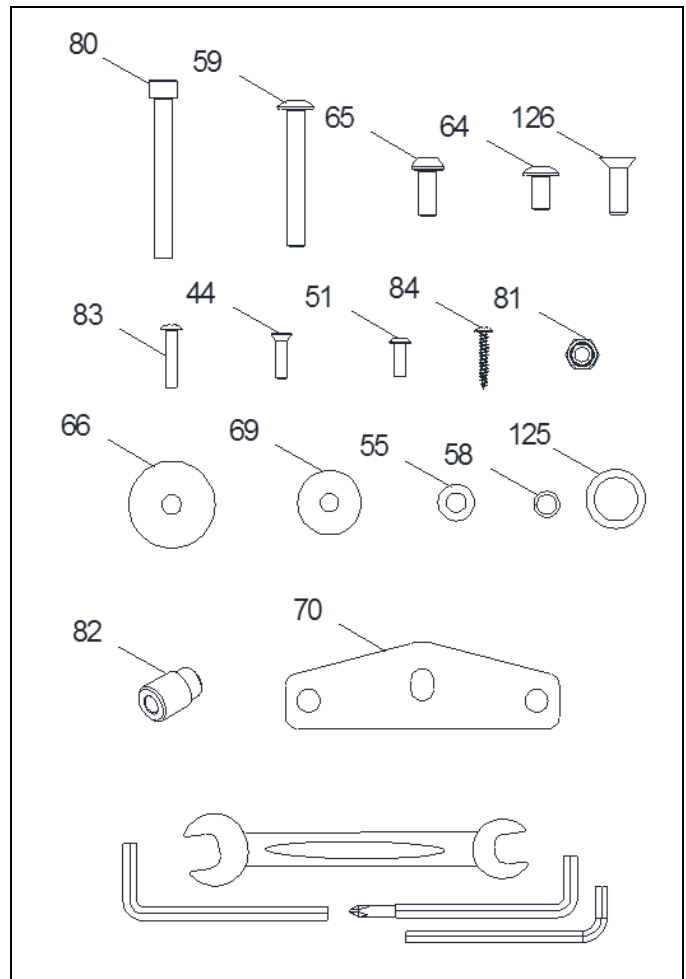
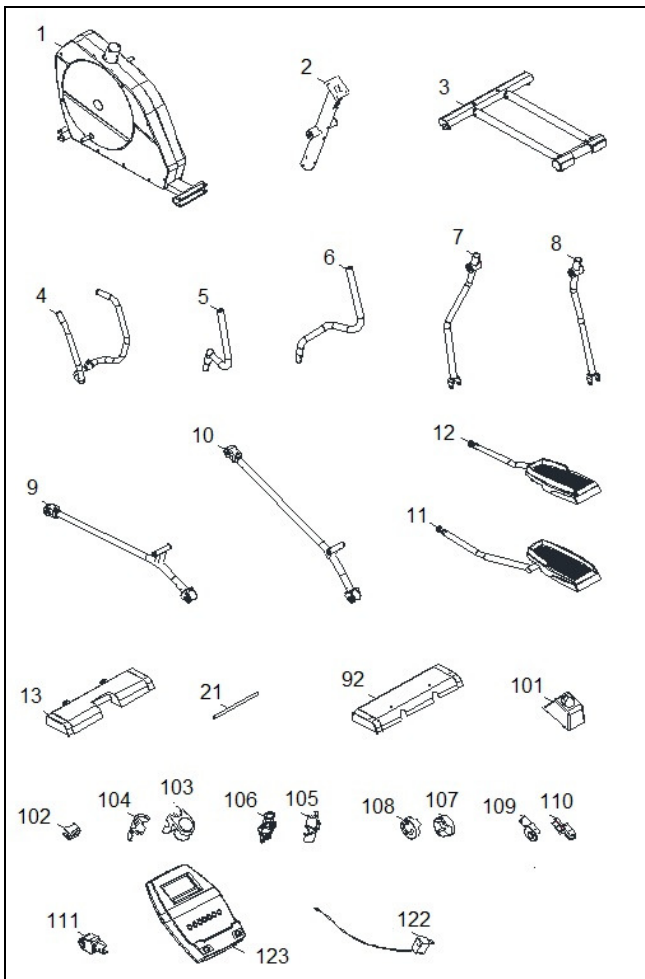
Eliptical BH Fitness FDC19 TFT

Návod k obsluze

G860TFT

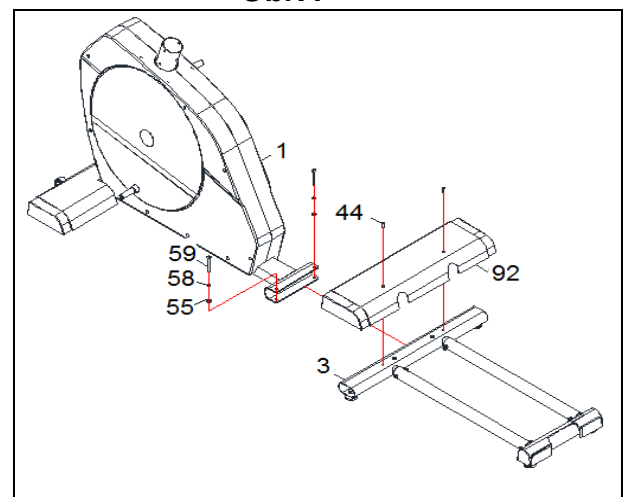
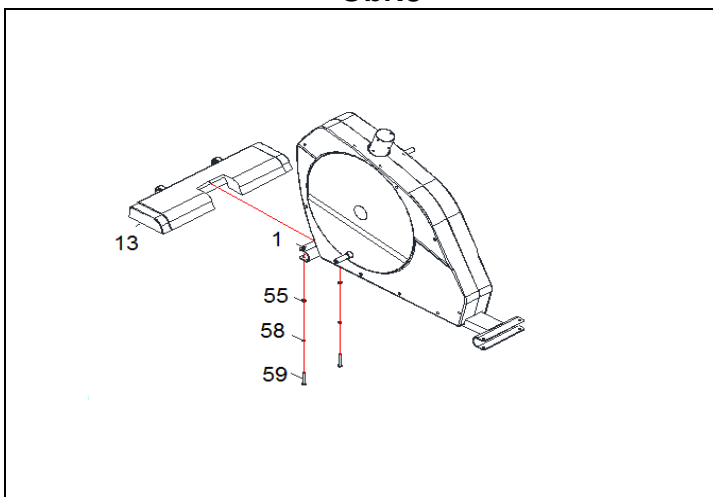
Obr.1

Obr.2

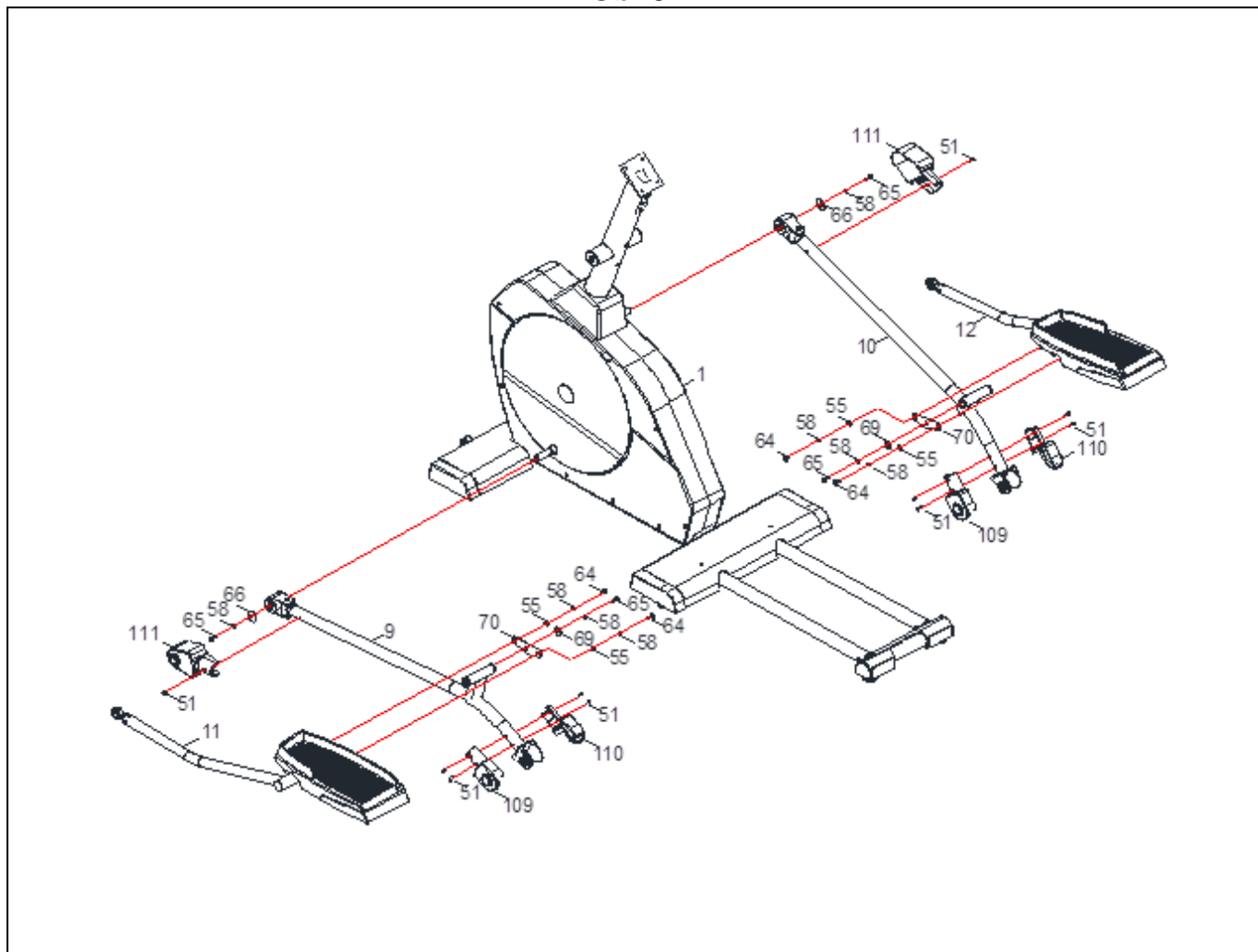


Obr.3

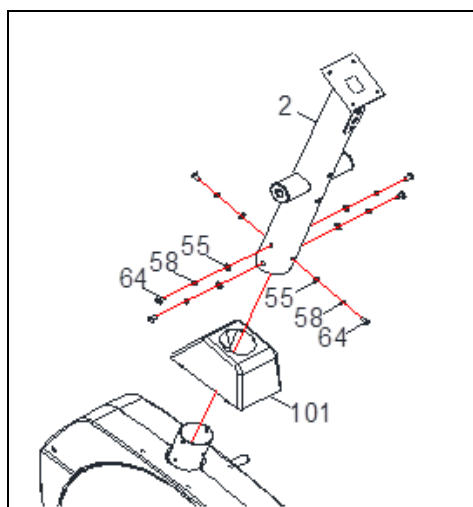
Obr.4



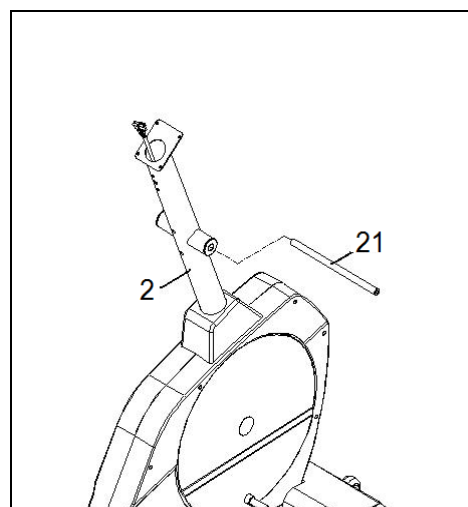
Obr.5



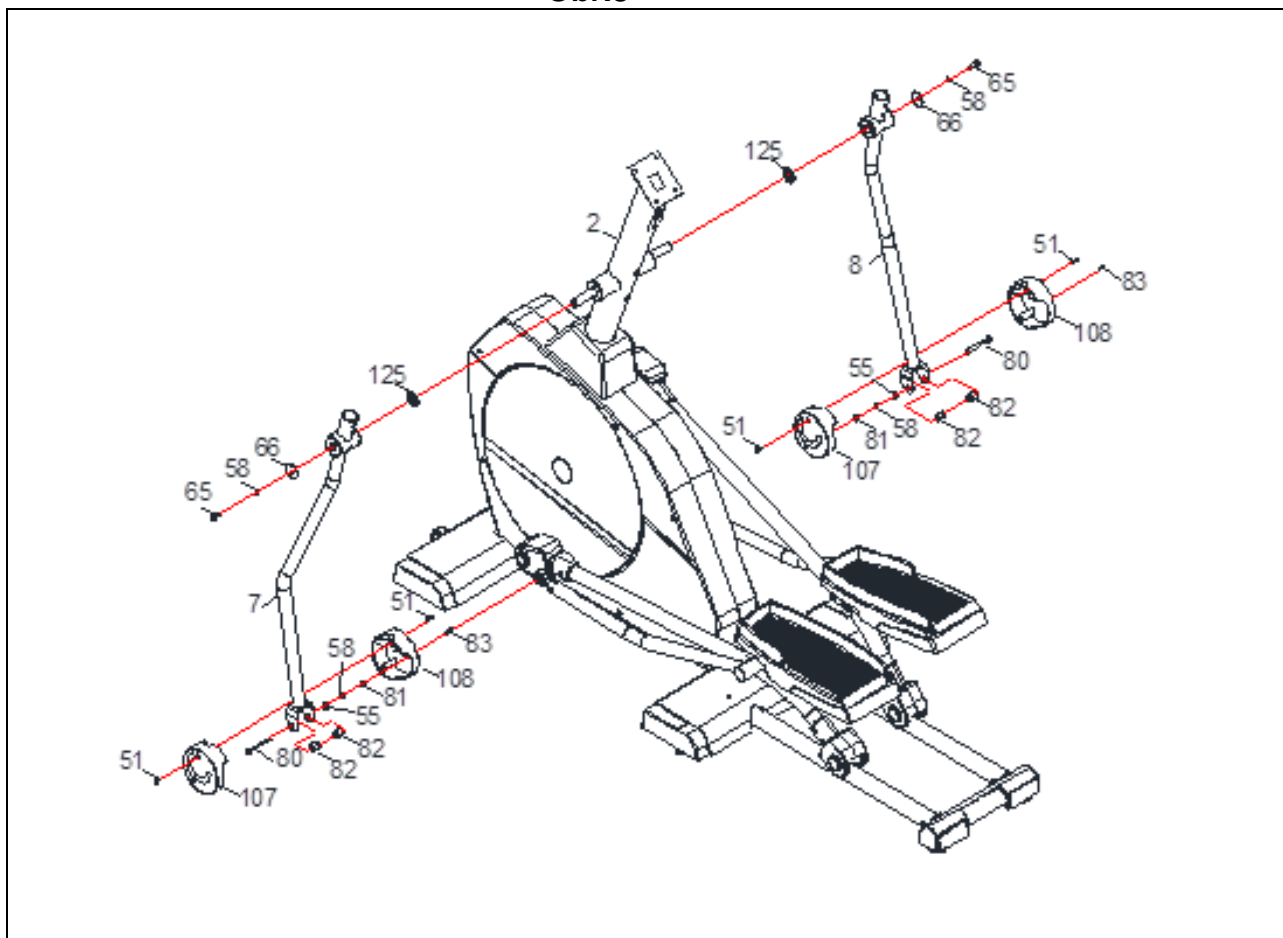
Obr.6



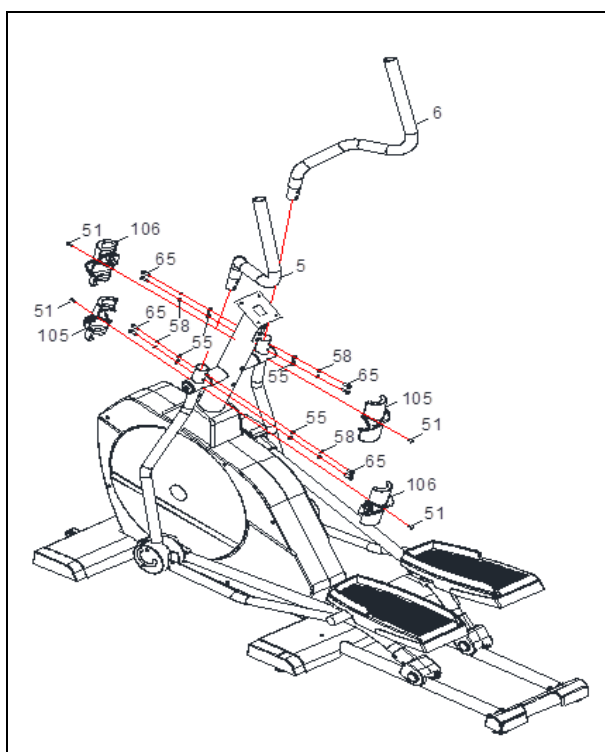
Obr.7



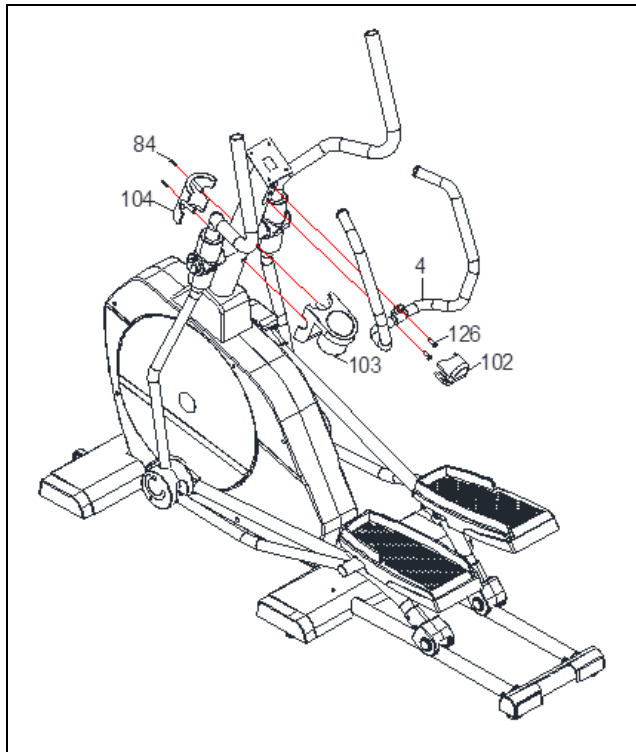
Obr.8



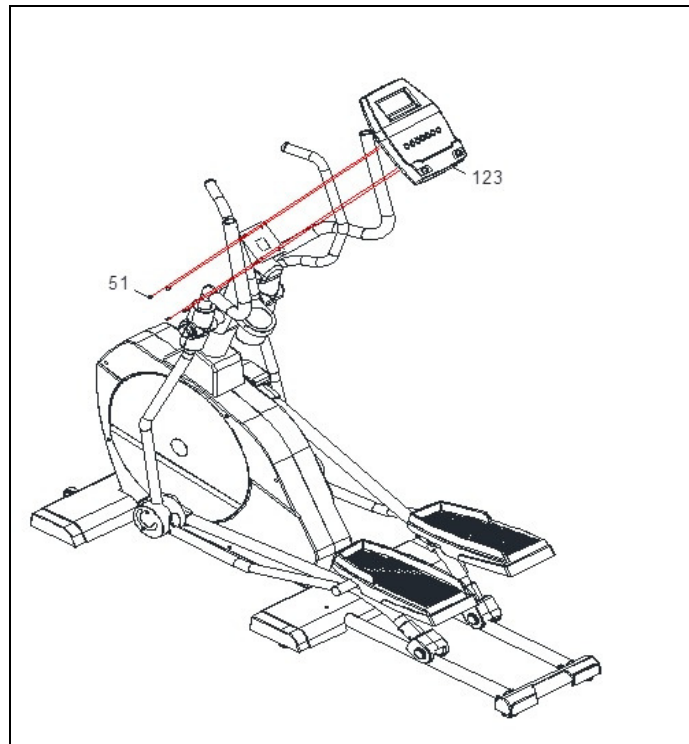
Obr.9



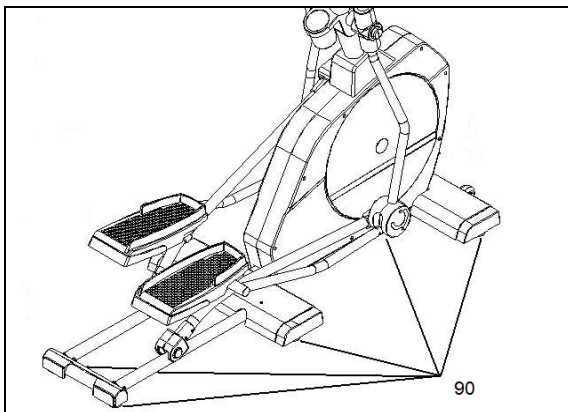
Obr.10



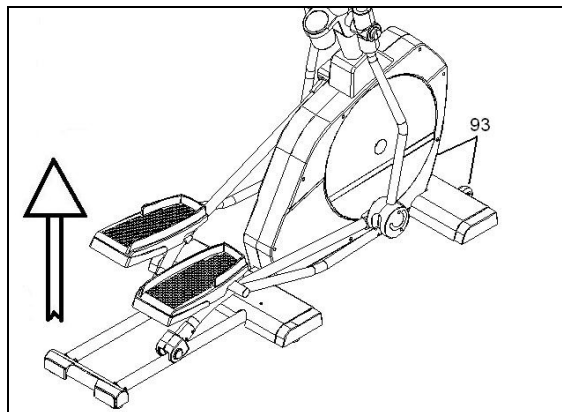
Obr.11



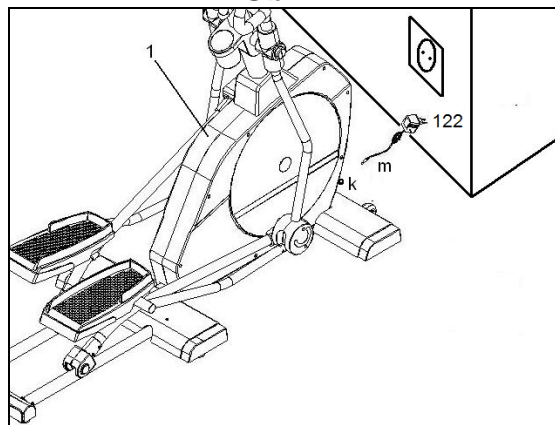
Obr.12



Obr.13



Obr.14



BEZPEČNOSTNÍ INSTRUKCE

Před cvičením konzultujte svůj zdravotní stav se svým lékařem. Je vhodné, abyste podstoupili celkovou lékařskou prohlídku. Cvičte podle své dosavadní formy a nepřetěžujte se. Pokud v průběhu cvičení cítíte bolest nebo nevolnost, okamžitě přestaňte cvičit a poraďte se se svým lékařem. Stroj umístěte na rovném a pevném povrchu.

Doporučujeme pod stroj umístit podložku, abyste chránili zem či koberec před poškozením. V zájmu vaší bezpečnosti je důležité, aby kolem stroje bylo minimálně 0,5 metrů volného místa.

Nedovolte dětem hrát si se strojem nebo v jeho blízkosti. Ruce nestrkejte do pohyblivých částí stroje. Před cvičením se ujistěte, že jsou všechny části stroje řádně připevněny a matice, šrouby, pedály a tyče jsou všechny správně utažené. Noste vhodný oděv a obuv. Nenoste volný oděv nebo obuv s vysokým podpatkem. Tento stroj byl testován a odpovídá normě EN957, je vhodný pro domácí používání.

DŮLEŽITÉ

Před samotnou montáží si nejprve pořádně přečtěte všechny pokyny, které jsou uvedeny v tomto návodu. Vyjměte všechny části stroje z kartonového obalu a zkontrolujte je podle seznamu dílů. Ujistěte se, že žádný díl nechybí. Krabici nevyhazujte, dokud nebudete mít stroj kompletně sestavený. Eliptical používejte vždy jen pro ten účel, ke kterému byl určen. Pokud během montáže narazíte na jakoukoli vadnou část, nebo pokud během cvičení uslyšíte jakýkoli nepatřičný zvuk, na stroji necvičte. Stroj nepoužívejte, dokud nebude problém vyřešen.

1. Po měsíci používání je vhodné dotáhnout veškeré šrouby.

2. Každý kloubový spoj, nebo spoj hřídele musí být namazaný vazelínou.

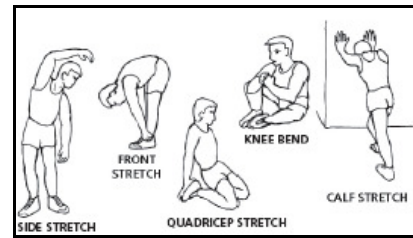
3. Šrouby na kloubových spojích a spojích hřídele dotáhněte pouze na 80%. Plné dotažení šroubů proveďte až po 2 minutách jízdy na trenažéru.

POKYNY PRO CVIČENÍ

Cvičení na elipticalu přináší různé výhody; zlepšuje vaši fyzickou kondici, funkčnost vašich svalů a pokud budete u cvičení dodržovat i vhodnou dietu, pomůže vám i zhubnout.

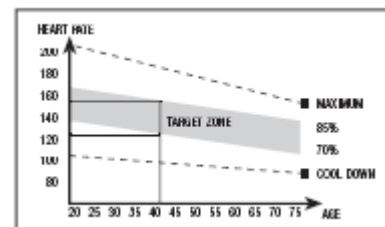
1. Zahřátí

Tato fáze je velice důležitá, neboť připraví vaše svaly na zátěž. Díky tomu se sníží riziko křečí a výronů. Doporučujeme, abyste provedli protažení, viz. obrázek. Každý cvik by měl trvat alespoň 30 vteřin, u protažení se nepřetěžujte. Pokud cítíte bolest, přestaňte cvičit.



2. Cvičení

V této fázi vás čeká nejvyšší fyzická námaha. Pokud však budete cvičit opravdu pravidelně, vaše svaly se stanou pružnějšími a pevnějšími. Je důležité, abyste při cvičení udržovali konstantní rychlost. Rytmus cvičení by měl být tak rychlý, aby se vaše tepová frekvence dostala do oblasti, viz. graf:



Tato fáze by měla trvat alespoň 12 minut. Pro začátečníky se obecně doporučuje cvičit 10-15 minut.

3. Zklidnění

Toto je relaxační fáze tréninku, při které váš kardiiovaskulární a svalový systém odpočívá. V této fázi snížíte rychlost a dále cvičíte po dobu 5 minut. Pak se znovu protáhněte, ale nezatěžujte nadměrně svaly. Jak se bude časem vaše kondice zlepšovat, je potřeba, aby se tréninky prodlužovaly a zintenzivňovaly. Doporučujeme cvičit alespoň 3 dny v týdnu.

Rýsování svalů

Pokud chcete vyrýsovat svaly, měli byste zvolit vyšší úroveň zátěže, abyste se více namáhali. Díky tomu budou vaše nohy více a intenzivněji pracovat. Protože je trénink intenzivnější, může být i kratší. Pokud k tomu chcete ještě zlepšit svou kondici, upravte svůj tréninkový program následovně: zahřátí a zklidnění provádějte jako obvykle, ale jakmile se budete blížit ke konci tréninku, zvyšte na chvíli úroveň pro větší námahu. Zároveň snižte rychlost a udržujte svůj tep v cílové oblasti viz. graf.

Hubnutí

Pro hubnutí je velice důležité vynaložit velké úsilí. Čím intenzivnější a delší je trénink, tím více kalorií spálíte a tím efektivněji hubnete.

VŠEOBECNÉ POKYNY

Pečlivě si přečtěte pokyny obsažené v tomto návodu. Návod vám poskytuje důležité informace o montáži, bezpečnosti a používání stroje.

1 Stroj je navržen pro domácí používání. Maximální váha uživatele je 150kg.

2 Nestrkejte ruce do pohyblivých částí stroje. Hrozí vám ublížení.

3 Rodiče jsou zodpovědní za své děti a měli by je mít pod neustálým dohledem. Nedovolte dětem, aby si hráli se strojem nebo aby si hráli v jeho blízkosti. Stroj v žádném případě nesmí být používán jako hračka.

4 Majitel stroje zodpovídá za to, že všechny osoby, které na stroji cvičí, jsou poučeni a informováni o všech nezbytných bezpečnostních opatření.

5 Na stroji může cvičit vždy pouze jedna osoba.

6 Používejte vždy vhodný oděv na cvičení, u obuvi mějte vždy správně uvázané tkaničky.

MONTÁŽ

1. Vyndejte všechny části stroje z krabice a ujistěte se, že nic nechybí.

POZOR: Doporučuje se, aby montáž elipticalu prováděli dvě osoby.

Obr.1 Seznam dílů

- (1) Hlavní část elipticalu
- (2) Hlavní sloupek
- (3) Zadní stabilizační tyč s vyrovnávací nerovností
- (4) Krátká řídítka
- (5) Levá horní část dlouhých řidítek
- (6) Pravá horní část dlouhých řidítek
- (7) Levá dolní část dlouhých řidítek
- (8) Pravá dolní část dlouhých řidítek
- (9) Levá tyč k pedálům
- (10) Pravá tyč k pedálům
- (11) Levý pedál
- (12) Pravý pedál
- (13) Přední stabilizační tyč s koly
- (21) Osa
- (92) Přední spodní kryt
- (101) Dolní kryt sloupku
- (102) Kryt řidítek
- (103) Část držáku na láhev
- (104) Část držáku na láhev
- (105) Zadní kryt otáčecí tyče
- (106) Přední kryt otáčecí tyče
- (107) Levá krycí lišta
- (108) Pravá krycí lišta
- (109) Levý kryt pedálu
- (110) Pravý kryt pedálu
- (111) Kryt hřídele
- (122) Adaptér
- (123) Monitor

Obr.2 Šrouby a upevňovací prvky

- (82) Pouzdro
- (64) Šrouby M-8x15.
- (126) Šrouby M-8x20.
- (80) Šrouby M-8x70.
- (59) Šrouby M-8x60.
- (83) Šrouby M-5x25.
- (44) Šrouby 5x20.
- (51) Šrouby 5x12.
- (84) Šrouby 4x25.
- (55) Podložky D-8.x16
- (66) Podložky D8,4x38Ø.
- (69) Podložky M-8X28Ø.
- (58) Pružinová podložka M-8.
- (125) Pružinová podložka M-10.
- (81) Nylonová matka M-8.
- (70) Nosná deska
- Imbusový klíč 6mm.
- Imbusový klíč 6mm.
- Oboustranný klíč 13-15.

2. MONTÁŽ STABILIZÁTORŮ

POZOR: Pro tuto fázi montáže jsou potřeba dvě osoby.

Přitáhněte přední stabilizační tyč s koly (13) k hlavní části elipticalu (1) kole umístěte na přední část jednotky, dle obr.3. Vložte šrouby (59), namontujte podložku (55) a pružnou podložku (58), a pevně vše utáhněte.

Vezměte zadní stabilizátor s vyrovnávací nerovností (3), a zarovnejte dle obr.4. Zašroubujte šrouby (59), podložky (55) a pružné podložky (58), a utáhněte. Poté nasadte přední spodní kryt (92) a upevněte šrouby (44) obr.4.

DŮLEŽITÉ: Je vhodné dotáhnout šrouby po měsíčním používání stroje.

3. MONTÁŽ HLAVNÍHO SLOUPKU

Nyní nasadte hlavní sloupek (2) na hlavní část elipticalu (1), obr.6, a připevněte svorkami.

Zasuňte hlavní sloupek (2) až přes výstupek na hlavní části (1) ve směru šipek, dle obr.6, přičemž dbejte na to, aby nedošlo k zachycení kabelů. Zašroubujte šrouby (64), podložky (55) a pružné podložky (58), obr.6, a pevně je dotáhněte.

4. PŘIPEVNĚNÍ NÁŠLAPŮ

Nasadte levou tyč od pedálů (9) (označenou písmenem "L") a její konec zasuněte na hnací vřeteno (E) na hlavní části elipticalu (1) obr.5.

Zašroubujte šroub (65), jako na obr.5, poté nasadte rovnou podložku (66) a pružnou podložku (58), a pevně utáhněte. Vezměte pravou tyč od pedálů (10), (označenou písmenem "R") a postupujte stejně jako u levé tyče, dle obr.5.

Nasadte levý a pravý kryt hřídele (111), a zašroubujte šrouby (51), viz. obr. 5. Poté nasadte krycí lišty (108 a 109), a zašroubujte je šrouby (51), viz. obr. 5.

5. MONTÁŽ PEDÁLŮ

Zvedněte levý pedál (11), který je označen písmenem (L), a vložte ho do levé tyče od pedálů (9) obr.5.

Stejný postup proveďte s pravým pedálem (12), který je označen písmenem (R) obr.5.

POZOR: Je doporučeno, abyste po měsíčním užívání stroje dotáhli opět všechny šrouby.

6. MONTÁŽ OSY

Zasuňte vřeteno osy (21) do hlavního sloupku (2), obr.7, a ponechte ho ve středu. Nasadte levou dolní část řídítek (7) (označenou písmenem "L") na vřeteno osy obr.8, vložte šroub (65) a pružnou podložku (58) a plochou podložku (65) a vše pevně utáhněte pomocí dodaných klíčů. Vezměte pravou dolní část řídítek (8), (označenou písmenem "R") a postupujte stejně jako u levé části.

7. MONTÁŽ PEDÁLŮ A ŘIDÍTEK

Nasadte pedály na nohy (11) a umístěte je tak, jak je zobrazeno na obr.8, Poté připevněte dolní část řídítek (7) dle obrázku a zarovnejte. Namontujte pouzdra (82). Zasuňte šroub (80) a dotáhněte maticí (81). Umístěte pravý pedál (12) do pozice jako na obr. 8. Poté připevněte dolní pravou část řídítek a zarovnejte.

Poté zasuňte šroub (80) a dotáhněte maticí (81).

Poté nasadte levou a pravou krycí lištu (107 a 108), a upevněte šrouby (83 a 51) Obr.8.

Pokud máte pocit, že jsou řídítka uvolněná, postupujte následovně:

- Vyjměte šroub
- Přidejte jednu nebo více podložek 0.15 mm (125) jak je znázorněno na obr. 8
- Utáhněte šroub

8. MONTÁŽ HORNÍ ČÁSTI ŘIDÍTEK

Jakmile sestavíte spodní část, je na čase sestavit horní levou část (5) (označena písmenem "L") a vložte ji do výstupku ze spodní části (7), obr.9, zarovnejte otvory pro šrouby.

Namontujte šrouby (65), podložky (55) a pružné podložky (58), obr.9, a pevně je dotáhněte

U pravé strany postupujte naprosto stejně, vezměte pravou část (6) (označena písmenem "R").

9. MONTÁŽ KRYTŮ ŘIDÍTEK

Vezměte přední (105) a zadní (106) kryt a umístěte ho na střední část dlouhých řídítek (8), obr.9. Následně je pomocí šroubů (51) připevněte.

Vezměte přední (105) a zadní (106) kryt a umístěte ho na tyč od řídítek (7), obr.9. Následně je pomocí šroubů (51) připevněte.

10. UMÍSTĚNÍ KRÁTKÝCH ŘIDÍTEK

Dejte řídítka (4) k hlavnímu sloupku (2), obr.10, zasuňte kabel z rukojeti (130) dovnitř do otvoru, jak je znázorněno na obr.10, a vytáhněte ji následně ven skrz řídítka.

Zašroubujte šrouby (126), obr.10, a pevně je utáhněte a poté nasadte kryt řídítek (102).

11. MONTÁŽ DRŽÁKU NA LÁHEV

Vložte držák lahve (103) na rám (2), následně umístěte druhou část držáku (104) a upevněte šrouby (84) obr.10.

12.- MONTÁŽ MONITORU

Připojte svorky, které vyčnívají z řídítek (2) k těm, co vyčnívají z monitoru (123), obr.11.

Nasadte monitor (123) na horní část desky na hlavním sloupku (2), jako na obr.11, zajistěte, aby nedošlo ke skřípnutí kabelů.

Držte monitor na místě a upevněte šrouby (51) obr.11.

VYROVNÁNÍ

Jakmile máte stroj sestavený, ujistěte se, že je na podlaze ve vodorovné poloze. Vyrovnat ho můžete pomocí vyrovnávačů (90) dle obr.12.

POHYB A SKLADOVÁNÍ

Eliptical je vybaven kolečky (93), viz. obr.13, které usnadňují pohyb stroje. Díky těmto dvěma kolečkům můžete strojem hýbat pouhým mírným nadzvednutím zadní části.

Stroj skladujte na suchém místě a snažte se ho nevystavovat přílišným výkyvům teplot.

PŘIPOJENÍ

Vložte jack (m) do zadní části hlavního rámu (k) (umístění ve spodní zadní části stroje) a poté zapojte adaptér (122) do napájení 230V, obr.14.

Pokud máte jakékoli dotazy, neváhejte kontaktovat váš zákaznický servis (kontakt je uveden na zadní straně tohoto návodu).

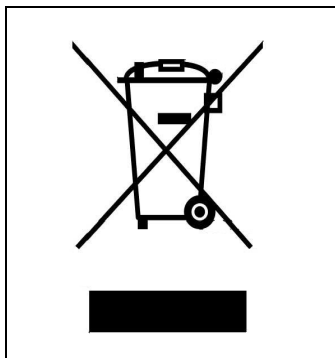
BH FITNESS SI VYHRAZUJE PRÁVO NA ÚPRAVU SPECIFIKACÍ PRODUKTU, A TO BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.

0190479

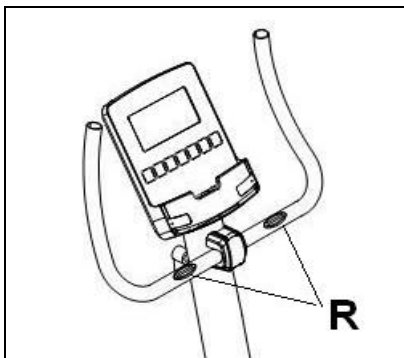


POČÍTAČ

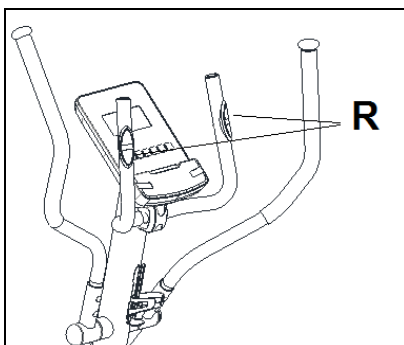
Obr. 1



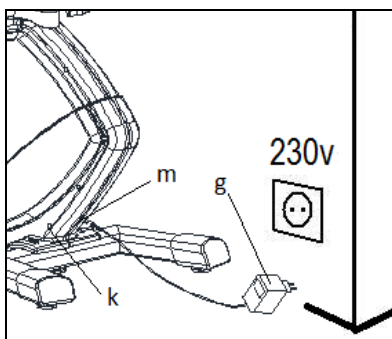
Obr. 2



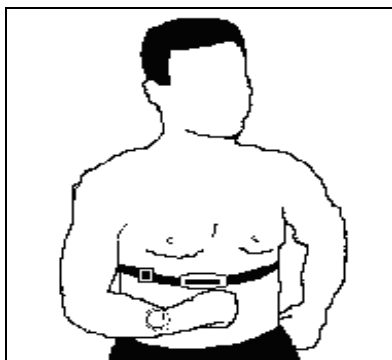
Obr. 3



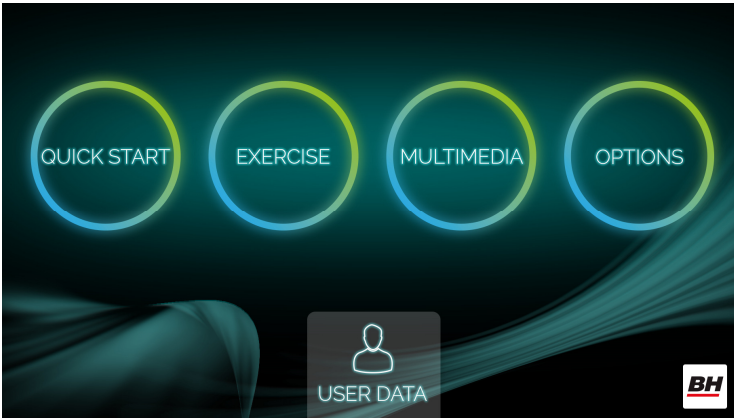
Obr. 4



Obr. 5



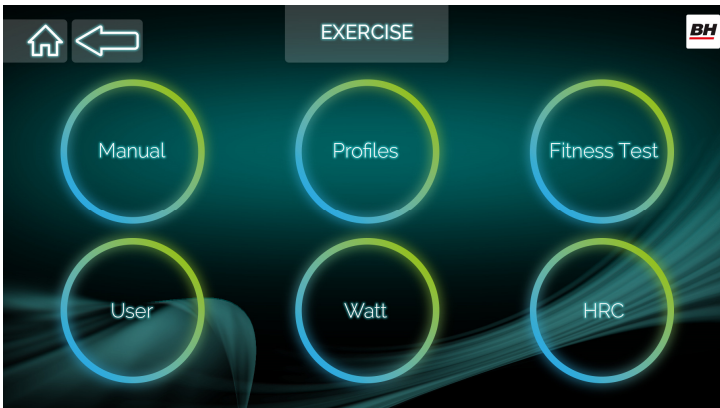
Obr.6



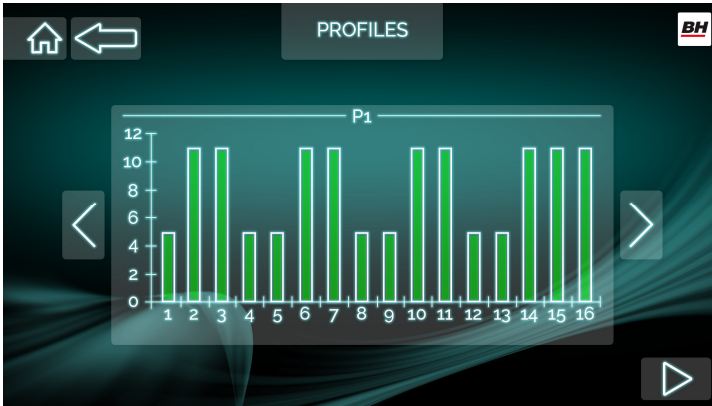
Obr.7



Obr.8



Obr.9



Obr.10



Obr.11



ZAČÍNÁME

Chcete-li počítač zapnout, nejprve zapojte adaptér, který byl dodán se strojem, do zásuvky (220 V – 240 V) a jack do stroje - spodní strana dole (obr. 4).

Počítač se zapne a na monitoru se objeví hlavní obrazovka (obr. 6).

Důležité: Elektronické části stroje likvidujte do příslušných kontejnerů, obr.1.

ZMĚNA JAZYKA

Na hlavní obrazovce klikněte na možnost OPTIONS, vyberte možnost LANGUAGE, obr. 7. A zvolte požadovaný jazyk. Pro návrat na hlavní obrazovku stiskněte tlačítko HOME v levém horním rohu, obr.7.

ZMĚNA Z KILOMETRŮ NA MILE

Na hlavní obrazovce klikněte na možnost OPTIONS, potom vyberte možnost UNITS, obr. 7. Vyberte požadovaná data. Pro návrat na hlavní obrazovku klikněte na tlačítko HOME v levém horním rohu, obr.7.

NASTAVENÍ JASU

Na hlavní obrazovce klikněte na možnost OPTIONS, vyberte volbu SCREEN, obr. 7. Nastavte požadovaný jas monitoru. Pro návrat na hlavní obrazovku klikněte na HOME v levém horním rohu, obr.7.

NASTAVENÍ HLASITOSTI

Na hlavní obrazovce klikněte na možnost OPTIONS, vyberte volbu SOUND, obr. 7. Nastavte požadovanou hlasitost. Pro návrat na hlavní obrazovku klikněte na HOME v levém horním rohu, obr.7.

VĚTRÁK.-

Pokud si přejete zapnout ventilátor, stiskněte tlačítko FAN. Pro vypnutí stiskněte stejné tlačítko.

FUNKCE MONITORU

Počítač má šest funkčních tlačítek: DOWN, UP, QUICK START/STOP, ENTER, MODE, FAN. Na monitoru se zobrazuje vybraná úroveň programu. Na levé straně obrazovky vidíte hodnoty: SPEED (rychlost), CALORIES (kalorie) a WATTS (watty). Na pravé straně vidíte hodnoty: TIME (čas), DISTANCE (vzdálenost) a PULSE RATE (tepová frekvence).

Počítač má také 1 manuální program, 12 přednastavených programů zátěže, 1 Fitness test, 1 uživatelský program, 1 watt program a 3 programy řízené tepovou frekvencí. Pokud stisknete QUICK START začnete hned cvičit v manuálním režimu.

Můžete si nastavit úroveň zátěže pomocí tlačítek UP▲/DOWN▼.

Pokud během cvičení kliknete na PAUSE, pozastavíte svůj trénink. Pro návrat ke cvičení stiskněte RESUME.


Chcete-li cvičení zastavit, klikněte na tlačítko STOP. Na displeji se zobrazí informace o vašem tréninku, obr.11.

Chcete-li se vrátit na hlavní obrazovku, klikněte na tlačítko END SESSION.

Poznámka: Nemůžete provádět více než jedno cvičení současně. Je li program aktivní, spustíte ho stisknutím QUICK START a EXERCISE si zobrazíte hodnoty na displeji. Chcete-li přejít na další trénink, stiskněte STOP, pak RESUME a pak si vyberte jiný trénink.


MANUÁLNÍ REŽIM

Klikněte na EXERCISE na hlavní obrazovce (obr.6) a vyberte si požadovaný režim cvičení (obr.8). Klikněte na MANUAL pro volbu manuálního režimu.

Klikněte na ikonu  v pravém dolním rohu a pomocí tlačítek UP▲/DOWN▼ si můžete zvýšit nebo snížit úroveň cvičení. Stroj má 24 úrovní.

Nastavení časového limitu

Po výběru manuálního režimu si můžete naprogramovat časový limit pro cvičení (mezi 5-99 minutami), a to přímo dotykem na obrazovce nebo pomocí tlačítek UP▲/DOWN▼. Vyberte čas a kliknutím na ikonu


 můžete začít cvičit. Čas se bude odpočítávat dokud nedosáhne nuly.

Nastavení vzdálenosti

Po výběru manuálního režimu si můžete zvolit vzdálenost, kterou chcete ujet (mezi 5-99 km), a to přímo dotykem na obrazovce nebo pomocí tlačítek UP▲/DOWN▼.


Zvolte požadovanou vzdálenost a pak klikněte na ikonu

 pro zahájení cvičení.

Vzdálenost se bude odpočítávat až do nuly .

Nastavení spálených kalorií


Po výběru manuálního režimu si můžete nastavit, kolik chcete během cvičení spálit kalorií (mezi 50-990 Cal.), a to přímo dotykem na obrazovce nebo pomocí kláves UP▲/DOWN▼. Až zvolíte počet spálených kalorií, klikněte na ikonu

 pro zahájení cvičení.


Kalorie se začnou odpočítávat, dokud nedosáhnete nuly.

PROGRAMY

Klikněte na EXERCISE na hlavní obrazovce (obr.6) a vstoupíte na obrazovku výběru cvičení (obr.8). Klikněte na PROFILES a vyberte si přednastavený program.

Klepnutím na ikony > < si můžete zvolit graf programu (1-12), který chcete cvičit (obr.9) a kliknutím na  ikonu si můžete nastavit čas

Cvičení zahájíte kliknutím na ikonu

 Během cvičení můžete měnit úroveň odporu, a to pomocí tlačítek UP▲/DOWN▼.

FITNESS TEST.-

Klikněte na EXERCISE na hlavní obrazovce (obr.6) a vstoupíte na obrazovku pro výběr cvičení (obr.8). Klikněte na FITNESS TEST.


Zadejte pohlaví, věk, výšku a hmotnost. Pak klikněte na ikonu pro zahájení testu.




Uživatel musí ujet co největší vzdálenost za 8 minut. Potom se na obrazovce objeví vyhodnocení: «F1, F2,..., F5, F6»;

kdy «F1» je nejlepší (fitness «Excellent») a «F6» je nejhorší (fitness «Velmi slabé»).

UŽIVATELSKÝ PROGRAM




Klikněte na EXERCISE na hlavní obrazovce (obr.6) a vstupte do obrazovky pro výběr cvičení (obr.8). Klikněte na USER. Nyní nastavte pro každý segment požadovanou úroveň odporu (segmentů je celkem 16) a to stisknutím obrazovky. Kliknutím  na ikonu nastavíte čas

 Dalším kliknutím na ikonu začnete cvičit.

WATT PROGRAM

Klikněte na EXERCISE v hlavním menu obrazovky (obr.6) a vstoupíte do výběru cvičení (obr.8). Klikněte na WATT čímž vyberete program. Pomocí tlačítek UP▲/DOWN▼nebo dotykem na obrazovce si můžete naprogramovat watty, aby vám cvičení vyhovovalo (50-280 Watt.).

Úroveň námahy se nastavuje automaticky, a to podle zvolených wattů a na základě vaší rychlosti.

Klikněte na ikonu  a nastavte požadovaný čas  Cvičení záhájíte dalším kliknutím na ikonu 

PROGRAM ŘÍZENÝ TEPOVOU FREKVENCÍ

Klikněte na EXERCISE na hlavní obrazovce (obr.6) a dostanete se na obrazovku pro volbu cvičení (obr.8). Klikněte na HRC čímž spustíte program řízený tepovou frekvencí. Zadejte váš věk a to dotykem na obrazovku a vyberte jednu z možností (90%, 80% 65%) následně klikněte

NEXT a nastavte čas pro cvičení.

Kliknutím  na ikonu začnete cvičit.

Možnosti (90%, 80%, 65%) ukazují procento z vaší maximální tepové frekvence (výpočet 220-age). a čtvrtá možnost "target" se používá k manuálnímu určení cílové srdeční frekvence. Úroveň odporu se nastaví automaticky podle vybrané hodnoty. Pokud tepová frekvence klesne pod cílovou hodnotu, pak se úroveň odporu zvýší o jednu, a to každých 30 vteřin, dokud nedosáhne maxima 24. Pokud je tepová frekvence nad cílovou hodnotu, pak se zátěž sníží každých 15 vteřin, dokud nedosáhne minima.

Při používání tohoto programu musí být vaše ruce položeny na senzorech tepové frekvence (R).


MULTIMÉDIA

IV hlavní nabídce (obr.6) klikněte na MULTIMEDIA pro přístup k multimediálním aplikacím. obr. 10.

Chcete-li něco přehrát, vložte USB s vybranými hudebními soubory.

Chcete-li surfovat po internetu, musíte se nejprve připojit na WIFI. Na hlavní obrazovce klikněte na OPTIONS, a vyberte možnost WIFI, obr. 7.


Pro přístup k multimédiím v průběhu

cvičení, klikněte na ikonu  na pravé straně displeje a poté na MEDIA. Pro návrat ke cvičení opět

klikněte na ikonu  a poté na tlačítko HOME.

Pak klikněte na tlačítko QUICK START nebo EXERCISE.

Pokud si přejete během cvičení vstoupit do nabídky (například upravit hlasitost), stačí kliknout na

ikonu , pak HOME a pak na OPTIONS.

Aktualizace aplikace

Poznámka: Aplikace nemusí být aktuální. Pro správnou funkci doporučujeme, abyste aplikaci aktualizoval na nejnovější verzi. Automatická aktualizace v zařízení ANDROID:

1. Otevřete Google play store app.
2. Zadejte emailový účet u googlu nebo si vytvořte nový účet.
3. Klepněte na **Update**.
4. Počkejte, dokud aktualizace neproběhne.
5. **Restartujte** běžecký pás.

Poznámka: Pokud se na vašem zařízení objeví chybové hlášení, nemusí aktualizace správně proběhnout. Zkuste to prosím znovu.

POKYNY PRO MĚŘENÍ TEPOVÉ FREKVENCE RUKOJETI

U tohoto modelu se tepová frekvence měří tak, že umístíte obě ruce na senzory pro měření tepové frekvence (R), které jsou na řídkách, viz. obr.2 a obr. 3.

Po několika sekundách se zobrazí hodnota tepové frekvence. Pokud nejsou obě ruce umístěny správně, funkce nebude fungovat.

TELEMETRICKÉ MĚŘENÍ

Počítač je vybaven pro příjem signálu pro telemetrické měření tepové frekvence (např. hrudní pás).

Systém se skládá z přijímače (D) a vysílače (hrudní pás - není součástí balení) obr.5.

Pokud budete využívat hrudní pás, má signál z tohoto pásu přednost před senzory tepové frekvence. Monitor tedy bude zobrazovat údaje z hrudního pásu.

ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

Problém: Displej se zapne, ale je vidět pouze čas.

Řešení:

a.- Ujistěte se, že je kabel správně zapojený.

Problém: Jednotlivé části displeje nejsou vidět a nebo se u některých částí zobrazují chybové hlášky.

Řešení:

a.- Odpojte stroj ze zásuvky, vyčkejte 15 vteřin y znovu ho připojte.

b.- Pokud výše uvedené kroky nepomůžou, je potřeba vyměnit počítač.

Adaptér

Problém: Počítač se nezapne.

Řešení:

a.- Zkontrolujte síťové připojení.

b.- Zkontrolujte, zda je adaptér správně zapojen do zásuvky i do stroje.

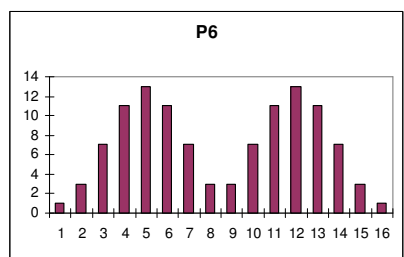
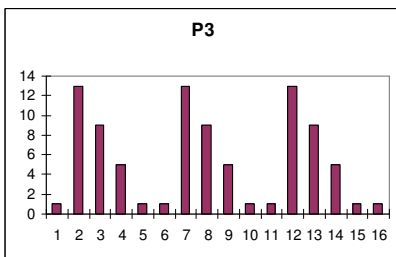
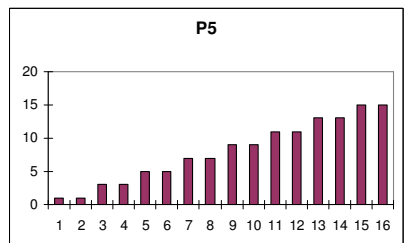
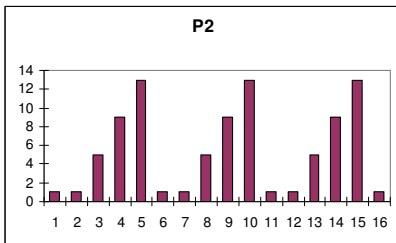
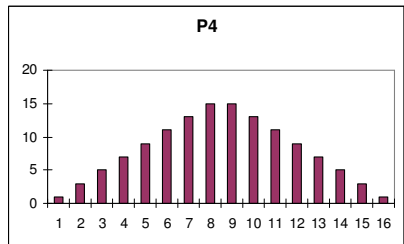
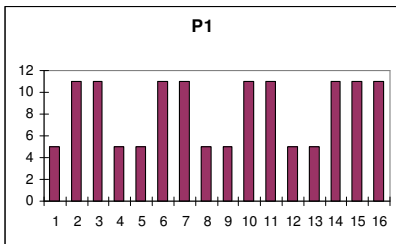
c.- Zkontrolujte připojení všech kabelů v hlavním sloupku stroje.

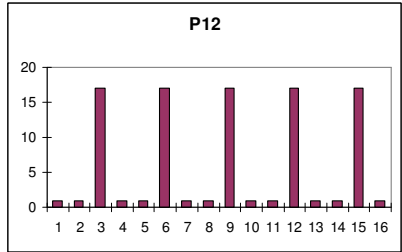
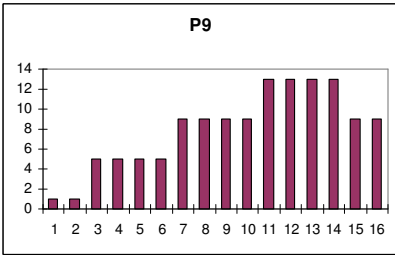
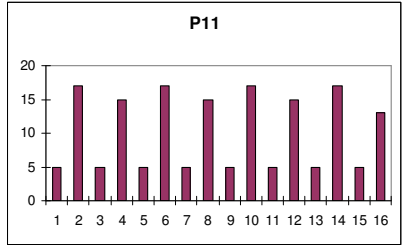
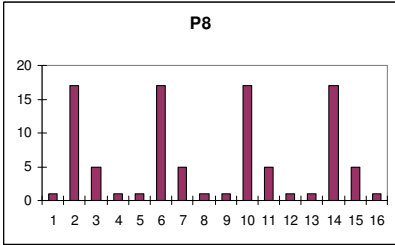
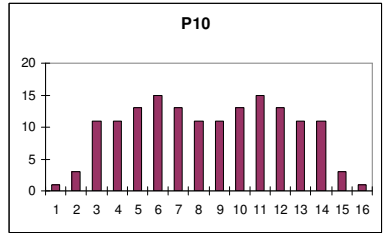
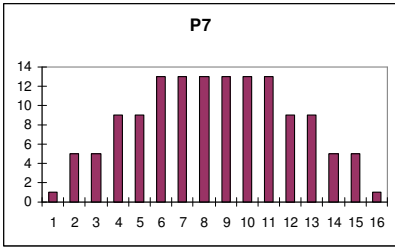
Nenechávejte počítač na přímém slunci, protože by mohlo dojít k poškození displeje, který je z tekutých krystalů. Stejně tak ho nevystavujte nárazům nebo vodě.

Pokud máte jakékoli dotazy, obraťte se na vašeho dodavatele - jeho adresa je uvedena na konci tohoto návodu.

BH FITNESS SI VYHRAZUJE PRÁVO NA ÚPRAVU SPECIFIKACÍ SVÝCH PRODUKTŮ, A TO BEZ PŘEDCHOZÍHO UPOZORNĚNÍ.

GRAFICKÉ ZOBRAZENÍ PROGRAMŮ





DOVOZCE:

Trinteco spol. s r.o. Antala

Staška 2027/77 140 00

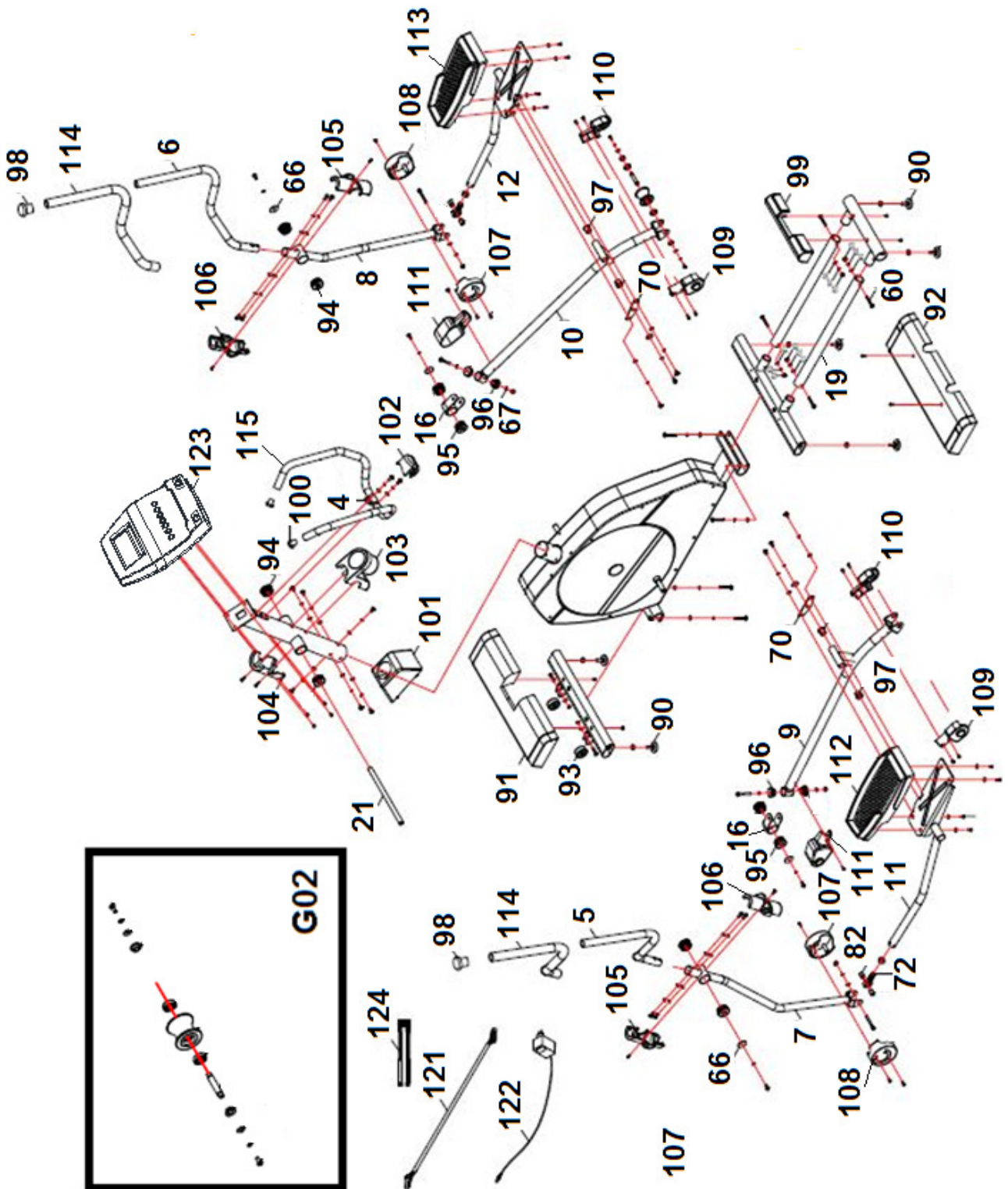
Praha 4 - Krč

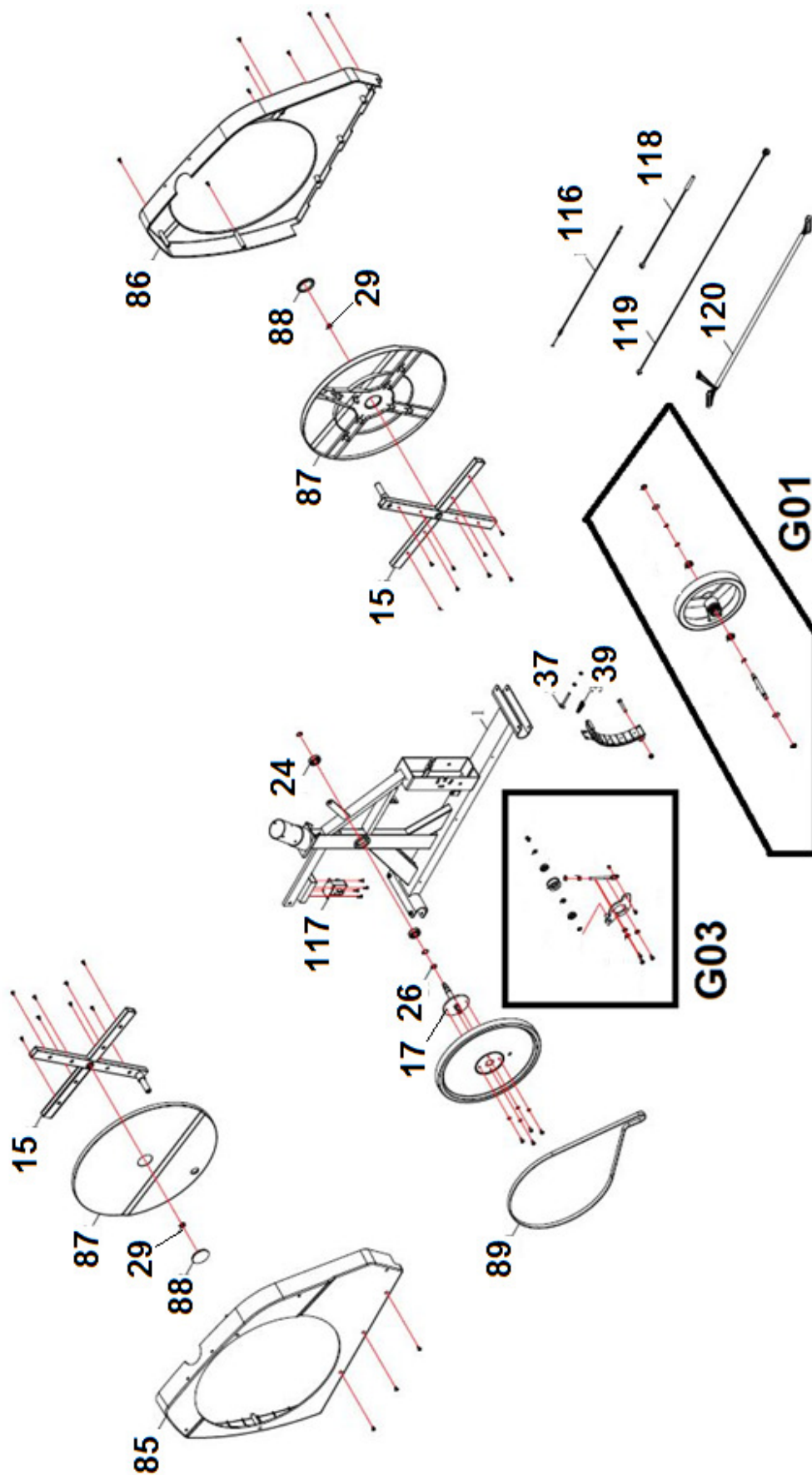
IČ: 052 54 175

DIČ: CZ05254175



G860TFT





DOVOZCE:

Trinteco spol. s r.o.

Na Strži 2102/61a

140 00 Praha 4 - Krč

IČ: 052 54 175

DIČ: CZ05254175

